

**PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN JAHE TERHADAP MUAL  
MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI TEMPAT PRAKTIK  
MANDIRI BIDAN MUTMAINAH**

Nely Diana<sup>1</sup>, Winarni<sup>2</sup>  
202322234.students@aiska-university.ac.id  
universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Mual muntah merupakan gejala yang wajar atau sering terdapat pada kehamilan trimester I disebabkan oleh tingginya fluktuasi kadar HCG (*human chorionic gonadotrophin*). Mual muntah selama masa kehamilan dapat diatasi dengan cara mengkonsumsi seduhan jahe. kandungan minyak atsiri pada jahe sebesar 2,58-3,90% memiliki pengaruh menyegarkan serta menghambat *serotonin* (reflek muntah) serta sistem saraf pusat ke dalam saluran pencernaan kemudian dapat mengatasi mual dan muntah karena memberi rasa nyaman dalam perut. **Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap mual muntah pada ibu hamil trimester I. **Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian *pre eksperimen design* dengan rancangan *one group pretest posttest*. Populasi berjumlah 32 orang ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah diambil secara *consecutive sampling* dengan sampel berjumlah 25 orang diberikan intervensi pemberian seduhan jahe 250 ml selama 7 hari. Instrumen penelitian dengan Skor PUQE-24, diolah dan dianalisa dengan menggunakan *uji Wilcoxon*. **Hasil :** penelitian menunjukkan terdapat perbedaan bermakna pemberian seduhan jahe dari sebelum dan sesudah diberikan dengan nilai  $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ . **Kesimpulan :** Ada pengaruh pemberian seduhan jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I.

Kata kunci : ibu hamil, mual muntah, seduhan jahe